

松山中央公園プール「アクアパレットまつやま」令和6年度第2期 水泳教室時間割表

令和7年 1月7日(火)～3月21日(金) 開催

	9:00	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	18:00	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	
火		らくらくバランス体操 伊藤 受講料3,000円									初級背泳ぎ 森 受講料1,300円								
					水中ダンベル 増田 受講料2,500円														
水		水泳中級 伊藤 受講料1,500円												初級平泳ぎ 森 受講料1,300円					
					水中ウォーキング 森 受講料2,500円					はじめて水泳 森 受講料1,300円									
木		ノンストレススイミングA 増田 受講料3,000円									初級バタフライ 増田 受講料1,300円								
					アクアZUMBA 徳森 受講料2,500円														
金		ノンストレススイミングB 増田 受講料3,000円												マスターズB 増田 受講料1,300円					
					初級クロール 伊藤 受講料1,300円					マスターズA 増田 受講料1,300円									

●申込期間・・・令和6年12月3日(火)から令和6年12月12日(木)

※先着順ではありません。

●申込方法・・・Web申込みもしくははがき、プール事務所にて直接申し込み

●どのコースも週1回の10回コースです。

●毎回入場料が別途必要です。

●申し込み者が5名以下のクラスについては実施できない場合があります。

●対象年齢はいずれの教室も18歳以上です。

●運動強度の強いコースもあります。皆様の判断において受講し、体の不調が感じられる時にはいつでも運動を中止してください。